

## **MEDIO MARATON NAVALCARNERO AL LIMITE 2014**

Hola a todos, este fin de semana se ha celebrado una prueba que tiene pinta que se afianzará en los próximos años en el sur de Madrid. Se trata de dos días de Running y MTE del bueno.

Yo me apunté a la media maratón con mi compañero Javi que debutaba en la distancia.

Día soleado, tal vez hasta caluroso y un circuito muy muy muy exigente, con una primera parte que coincidimos con los participantes de la prueba de 10 km que discurría por pinares cercanos en un entorno bonito pero muy exigente. Una primera entrada en el pueblo y vuelta a salir hacia unos caminos muy pisados y nada resguardados que hacían que el sol nos hiciera más duro si cabe unos kilómetros finales de los duros de verdad, para entrar nuevamente en el pueblo y llegar a la Plaza de Segovia (foto) en 1hora 34 minutos. Muy contento por mi y sobre todo por el debut de Javi que se marcó 1hora 35 minutos (maquinón).



Me hubiera gustado hacer la prueba combinada haciendo el domingo los 72 kilómetros de MTB, pero todavía estoy dando mis primeras pedaladas y no me veo preparado para hacerlo bien. El año que viene seguro que sí.

Salu2 y buen Running.

José J. Casas.